

Le virus de la grippe H1N1 (virus de la grippe porcine) et vous*

Sur cette page

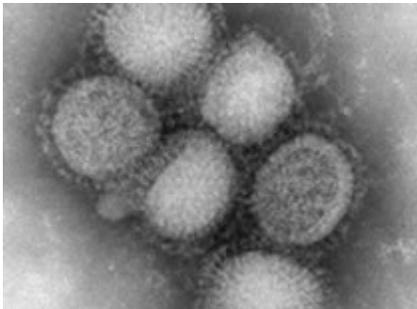
- [Le nouveau virus de la grippe H1N1](#)
- [Le nouveau virus de la grippe H1N1 chez l'homme](#)
- [Expositions qui ne propageraient pas le nouveau virus de la grippe H1N1](#)
- [Prévention et traitement](#)
- [Réponse et enquête](#)

5 mai 2009 à 12 h 30 ET

Le nouveau virus de la grippe H1N1

Qu'est-ce que le virus H1N1 (virus de la grippe porcine) ?

Le virus H1N1 (précédemment désigné sous le nom de « virus de la grippe porcine ») est un nouveau virus de la famille des virus grippaux qui provoquent une maladie chez les humains. Ce nouveau virus a été détecté pour la première fois chez des humains aux États-Unis en avril 2009. D'autres pays, y compris le Mexique et le Canada, ont signalé des personnes infectées par ce nouveau virus. Ce virus se propage de personne à personne, probablement de la même façon que le virus responsable de la grippe saisonnière commune.



Pourquoi ce nouveau virus H1N1 est-il parfois appelé « virus de la grippe porcine » ?

Ce virus était précédemment désigné sous le nom de « virus de la grippe porcine » parce que les analyses en laboratoire ont montré que beaucoup des gènes de ce nouveau virus sont très similaires aux gènes des virus grippaux qui infectent normalement les porcs en Amérique du Nord.

Mais des études plus détaillées ont montré que ce nouveau virus est très différent du virus qui circule dans les élevages de porcs en Amérique du Nord. Il possède deux gènes des virus de la grippe qui circulent normalement chez les porcs d'Europe et d'Asie, des gènes de la grippe aviaire et de la grippe humaine. Les scientifiques appellent cela un virus « quadruple réassorti ».

Le nouveau virus de la grippe H1N1 chez l'homme

Y-a-t-il des infections humaines par le virus H1N1 aux États-Unis ?

Oui. Des cas d'infection humaine par ce virus grippal H1N1 ont d'abord été confirmés aux États-Unis en Californie du Sud et près du comté de Guadalupe, au Texas. À partir de ce moment, l'éclosion s'est intensifiée rapidement et d'autres états américains ont signalé des cas de maladie due à ce virus. Un recensement des infections par le nouveau virus de la grippe H1N1 est tenu à jour à la page <http://www.cdc.gov/h1n1flu/investigation.htm>. Le CDC et les agences sanitaires locales et étatiques travaillent en partenariat pour examiner cette situation.

Est-ce que le nouveau virus H1N1 est contagieux ?

Le CDC a déterminé que le nouveau virus H1N1 est contagieux et qu'il se propage d'une personne à l'autre. Cependant, à ce jour, on ignore avec quelle facilité le virus se propage ainsi.

Quels sont les signes et les symptômes de ce virus chez l'homme ?

Les symptômes de ce nouveau virus H1N1 de la grippe chez l'homme sont similaires aux symptômes de la grippe saisonnière et comprennent la fièvre, la toux, des maux de gorge, un écoulement ou un encombrement nasal, des courbatures, des maux de tête, des frissons et de la fatigue. Un nombre significatif de personnes qui



ont été infectées par ce virus ont également signalé de la diarrhée et des vomissements. En outre, comme c'est le cas pour la grippe saisonnière, des pathologies graves et des décès sont survenus en conséquence de la maladie associée à ce virus.

Quelle est la gravité de la maladie associée à ce nouveau virus H1N1 virus ?

On ignore actuellement quelle sera la gravité de la maladie causée par ce virus au niveau de la population générale. Le CDC étudie actuellement les antécédents médicaux des personnes qui ont été infectées par ce virus pour déterminer si certaines personnes présentent plus de risque d'être infectées par le virus, de tomber gravement malades ou d'être hospitalisées à cause du virus. Dans le cas de la grippe saisonnière, certaines personnes sont plus à risque de développer des complications graves liées à la grippe. Il s'agit des personnes de 65 ans et plus, des enfants en dessous de cinq ans, des femmes enceintes et des personnes de tout âge souffrant de pathologies chroniques. On ignore actuellement si certains groupes présentent un risque plus élevé de complications liées à la grippe due à l'infection par ce nouveau virus. Par ailleurs le CDC mène actuellement des études en laboratoire afin de savoir si certaines personnes ont une immunité naturelle contre ce virus, en fonction de leur âge.

Comment ce nouveau virus H1N1 se propage-t-il ?

On estime que la propagation du virus H1N1 se produit de la même façon que celle du virus de la grippe saisonnière. Les virus de la grippe se transmettent principalement de personne à personne par le biais de la toux ou d'éternuements

des personnes infectées par la grippe. Il est parfois possible de se contaminer par contact avec quelque chose portant le virus de la grippe puis en se touchant la bouche ou le nez.

Pendant combien de temps une personne infectée peut-elle transmettre le virus à d'autres ?

À ce jour, le CDC pense que ce virus possède les mêmes propriétés que le virus de la grippe saisonnière en terme de propagation. Dans le cas de la grippe saisonnière, des études ont montré que l'on peut-être contagieux dès le jour qui précède le développement des symptômes jusqu'à 7 jours après le début de la maladie. Les enfants, en particulier les jeunes enfants, risquent de rester contagieux pendant de plus longues périodes. Le CDC étudie actuellement le virus pour essayer d'en apprendre davantage sur ses capacités et il fournira de plus amples informations au fur et à mesure qu'elles deviendront disponibles.

Expositions qui ne propageraient pas le nouveau virus de la grippe H1N1

Puis-je être infecté par ce nouveau virus H1N1 en mangeant ou en cuisinant du porc ?

Non. Le virus H1N1 ne se transmet pas par la nourriture. Vous ne pouvez pas attraper ce nouveau virus H1N1 en mangeant du porc ou des produits dérivés du porc. Manger des produits dérivés du porc correctement manipulés et bien cuits ne présente pas de risque.

Existe-t-il un risque en buvant de l'eau ?

L'eau du robinet qui a été traitée par des procédés conventionnels de désinfection ne présente pas de risque plausible de transmission des virus grippaux. Les réglementations actuelles de traitement de l'eau potable garantissent un niveau élevé de protection contre les virus. Aucune étude de recherche portant sur la sensibilité du nouveau virus de la grippe H1N1 aux procédés conventionnels de désinfection n'est actuellement terminée. Toutefois, des études récentes ont démontré que les niveaux de chlore libre normalement utilisés dans le traitement de l'eau potable sont appropriés pour inactiver le virus hautement pathogénique H5N1 de la grippe aviaire. Il est probable que d'autres virus grippaux tels que le nouveau virus H1N1 seront également inactivés par le traitement au chlore. À ce jour, aucun cas humain de grippe causée par l'exposition à de l'eau potable contaminée par un virus influenza n'a été signalé.

Le nouveau virus de la grippe H1N1 est-il transmissible par l'eau des piscines, de l'équipement de balnéothérapie, des parcs d'attractions aquatiques, des fontaines interactives et par l'eau traitée d'autres lieux de loisirs ?

Les virus influenza infectent les voies respiratoires supérieures. Aucun cas d'infection par le virus de la grippe, associé à une exposition à l'eau, n'a jamais été rapporté. L'eau utilisée dans les parcs de loisir qui a été traitée avec des niveaux de désinfectants recommandés par le CDC, ne présente pas de risque

vraisemblable de transmission des virus grippaux. Aucune étude de recherche portant sur la sensibilité du virus H1N1 au chlore et aux autres agents de désinfection utilisés dans les piscines, en balnéothérapie, dans les parcs d'attractions aquatiques, les fontaines interactives et dans l'eau traitée d'autres lieux de loisirs n'est actuellement terminée. Toutefois, des études récentes ont démontré que les niveaux de chlore libre recommandés par le CDC (1 à 3 parties par million [ppm ou mg/l] pour les piscines et 2 à 5 ppm pour la balnéothérapie) sont appropriés pour éliminer le virus aviaire influenza A(H5N1). Il est probable que d'autres virus grippaux tels que le nouveau virus H1N1 seront également inactivés par le traitement au chlore.

Est-ce que le virus de la grippe H1N1 peut se transmettre dans les parcs de loisirs aquatiques en dehors de l'eau ?

Oui, les parcs de loisirs aquatiques ne sont pas différents des autres lieux qui accueillent des groupes. On estime que la propagation de ce nouveau virus de la grippe H1N1 se produit de la même façon que la propagation du virus de la grippe saisonnière. Le virus de la grippe se transmet principalement de personne à personne par le biais de la toux ou d'éternuements des personnes infectées par la grippe. Il est parfois possible de se contaminer par contact avec quelque chose portant le virus de la grippe puis en se touchant la bouche ou le nez.

Prévention et traitement

Que puis-je faire pour ne pas tomber malade ?

Aucun vaccin n'est actuellement disponible pour se protéger de ce nouveau virus H1N1. Il y a des mesures quotidiennes qui peuvent aider à prévenir la propagation des germes responsables de maladies respiratoires telles que la grippe.

Suivez ces étapes tous les jours pour protéger votre santé :

- Couvrez-vous le nez et la bouche avec un mouchoir quand vous tousez ou éternuez. Jetez le mouchoir dans une poubelle après utilisation.
- Lavez-vous les mains souvent avec du savon et de l'eau, notamment après avoir toussé ou éternué. Les lingettes à l'alcool pour les mains sont également efficaces.
- Évitez de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche. Les germes se propagent de cette manière.
- Essayez d'éviter les contacts rapprochés avec les personnes malades.
- Si vous êtes malade, restez chez vous pendant 7 jours après l'apparition de vos symptômes ou 24 heures après la disparition de vos symptômes, la période la plus longue prévalant. Cette mesure a pour objectif d'éviter l'infection d'autres personnes et la propagation du virus.

Vous pouvez prendre d'autres mesures importantes telles que :

- Suivre les conseils de santé publique concernant la fermeture des écoles, éviter les foules et d'autres mesures d'isolement social.
- Préparez-vous à l'éventualité de tomber malade et d'avoir besoin de rester chez vous pendant environ une semaine ; une provision de médicaments en vente libre, de lingettes pour les mains à base d'alcool, de mouchoirs et d'autres articles similaires pourrait s'avérer utile et vous éviter d'avoir à sortir en public pendant que vous êtes malade et contagieux.



Quelle est la meilleure façon d'empêcher la propagation du virus par la toux ou les éternuements ?

Si vous êtes malade, limitez vos contacts avec les autres autant que possible. Si vous êtes malade, restez chez vous pendant 7 jours après l'apparition de vos symptômes ou 24 heures après la disparition de vos symptômes, la période la plus longue prévalant. Couvrez-vous le nez et la bouche

avec un mouchoir quand vous toussiez ou que vous éternuez. Jetez votre mouchoir usagé dans une poubelle. Puis, lavez-vous les mains et faites-le chaque fois que vous toussiez ou que vous éternuez.

Quelle est la meilleure technique pour se laver les mains et éviter d'attraper la grippe ?

Se laver les mains souvent aide à se protéger des germes. Lavez-vous les mains au savon et à l'eau chaude ou nettoyez-les avec des lingettes pour les mains à base d'alcool. Le CDC recommande que, lorsque vous vous lavez les mains (au savon et à l'eau chaude), vous les laviez pendant 15 à 20 secondes. Quand il n'est pas possible d'obtenir du savon et de l'eau, vous pouvez utiliser du gel désinfectant ou des lingettes jetables pour les mains à base d'alcool. Vous pouvez en trouver dans la plupart des supermarchés et des pharmacies. Si vous utilisez du gel, frottez-vous les mains jusqu'à ce que le gel soit sec. Le gel n'a pas besoin d'eau pour être efficace ; l'alcool qu'il contient tue les germes qui se trouvent sur vos mains.

Que dois-je faire si je tombe malade ?

Si vous vivez dans une région où des personnes infectées par le nouveau virus H1N1 ont été identifiées et que vous tombez malade avec des symptômes similaires à ceux de la grippe, tels que la fièvre, des courbatures, le nez qui coule ou encombré, un mal de gorge, des nausées ou vomissements ou de la diarrhée, vous devez rester chez vous et éviter le contact avec d'autres personnes, sauf pour recevoir des soins médicaux.

Si vous souffrez d'une maladie grave ou que vous présentez un risque élevé de complications de la grippe, contactez un professionnel de la santé ou votre médecin pour être pris en charge. Le professionnel de la santé déterminera si un dépistage de la grippe ou un traitement est nécessaire.

Si vous tombez malade et si vous remarquez l'un des signes d'avertissement suivants, demandez une assistance médicale d'urgence.

Chez les enfants, les signes d'avertissement qui indiquent le besoin d'une prise en charge médicale d'urgence comprennent :

- Respiration rapide ou difficile
- Peau grise ou bleutée
- Ne boit pas suffisamment de fluides
- Vomissements sévères ou persistants
- Ne se réveille pas ou n'interagit pas
- Enfant si irritable qu'il refuse d'être tenu dans les bras
- Les symptômes apparentés à la grippe s'améliorent puis reviennent avec de la fièvre et une toux aggravée

Chez les adultes, les signes d'avertissement qui indiquent le besoin d'une prise en charge médicale d'urgence comprennent :

- Difficultés à respirer ou essoufflements
- Douleur ou pression dans la poitrine ou l'abdomen
- Vertiges soudains
- Confusion
- Vomissements graves ou persistants
- Les symptômes apparentés à la grippe s'améliorent puis reviennent avec de la fièvre et une toux aggravée

Existe-t-il des médicaments pour traiter l'infection par ce nouveau virus ?

Oui. Le CDC recommande l'utilisation d'Oseltamivir ou de Zanamivir pour le traitement et/ou la prévention de l'infection par le nouveau virus de la grippe H1N1. Les médicaments antiviraux sont des médicaments sous ordonnance (sous forme de comprimés, liquide ou en inhalateur) qui combattent la grippe en empêchant le virus de la grippe de se reproduire dans votre organisme. Si vous tombez malade, les médicaments antiviraux peuvent atténuer les symptômes de votre maladie et vous permettre de vous sentir mieux plus vite. Ils peuvent aussi prévenir des complications graves de la grippe. Pendant l'épidémie actuelle, les médicaments antiviraux sont à utiliser en priorité pour le traitement des cas de gripes graves.

Contamination et nettoyage

Pendant combien de temps le virus de la grippe peut-il survivre sur des objets (tels que des livres ou des poignées de portes) ?

Des études ont montré que le virus de la grippe peut survivre sur des surfaces de l'environnement et peut infecter une personne jusqu'à 2 à 8 heures après avoir été déposé sur la surface.



Qu'est-ce qui tue le virus de la grippe ?

Le virus de la grippe est détruit par la chaleur (75 à 100 ° C [167 à 212 ° F]). En outre, plusieurs agents chimiques germicides, y compris le chlore, l'eau oxygénée (peroxyde d'hydrogène), les détergents (savon), les iodophores (antiseptiques à base d'iode) et les alcools sont efficaces contre les virus de la grippe humaine s'ils sont utilisés à la concentration correcte pendant une durée suffisante. Par exemple, des lingettes ou des gels contenant de l'alcool peuvent être utilisés pour se laver les mains. Les gels doivent être frottés dans les mains jusqu'à ce qu'ils soient secs.

Quelles surfaces sont des sources probables de contamination ?

Des germes peuvent se propager quand une personne touche une surface contaminée avec des germes puis se touche les yeux, le nez ou la bouche. Les gouttelettes provenant de la toux ou d'un éternuement d'une personne infectée se déplacent dans l'air. Des germes peuvent être transmis quand une personne touche les gouttelettes respiratoires d'une autre personne sur une surface telle qu'un bureau, par exemple, puis se touche les yeux, la bouche, le nez avant de se laver les mains.

Comment doit-on manipuler les déchets pour éviter la propagation du virus de la grippe ?

Pour éviter la propagation du virus de la grippe, les mouchoirs et autres articles jetables utilisés par une personne infectée doivent être jetés dans une poubelle. De plus, il est recommandé de se laver les mains avec de l'eau et du savon après avoir touché des mouchoirs usagés et autres déchets similaires.



Quel nettoyage domestique doit être effectué pour prévenir la propagation du virus de la grippe ?

Pour empêcher la propagation du virus de la grippe, il est important de garder les surfaces (notamment tables de chevet, surfaces de la salle de bains, de la cuisine et les jouets des enfants) propres en les frottant avec un désinfectant domestique suivant les instructions de l'étiquette du

produit.

Comment doit-on manipuler le linge, les couverts, la vaisselle de la personne infectée par le virus de la grippe ?

Le linge, les couverts et la vaisselle appartenant aux personnes malades ne nécessitent pas d'être nettoyés séparément, mais il est important qu'ils ne soient pas partagés avant d'avoir été bien nettoyés au préalable.

Le linge (par exemple, les draps de lit et les serviettes) doit être lavé en utilisant de la lessive domestique et séché en machine en utilisant le réglage chaud. Il est recommandé de ne pas « embrasser » le linge avant de le laver pour éviter de se contaminer soi-même. Il est recommandé de se laver les mains au savon et à l'eau ou avec des lingettes pour les mains à base d'alcool immédiatement après avoir manipulé le linge sale.

Les couverts doivent être nettoyés avec un lave-vaisselle ou à la main avec de l'eau et du détergent.

Réponse et enquête

Que fait le CDC en réponse à l'épidémie de grippe ?

Le CDC a mis en place son [plan d'urgence](#). Les objectifs de l'agence sont de réduire la transmission et la gravité de la maladie, et de fournir des informations pour aider les professionnels de la santé, les responsables de la santé publique et le public à répondre aux difficultés posées par le nouveau virus. Le CDC continue d'émettre de nouvelles [recommandations provisoires](#) pour les cliniciens et les professionnels de la santé publique. De plus, la division des stocks stratégiques nationaux (Strategic National Stockpile ou SNS) du CDC continue d'envoyer des médicaments antiviraux, des équipements de protection personnelle et des appareils de protection respiratoire à chacun des 50 états et territoires des États-Unis pour les aider à faire face à l'épidémie.

Quelles sont les enquêtes épidémiologiques qui ont été initiées en réponse à la récente épidémie ?

Le CDC travaille en étroite collaboration avec les responsables étatiques et locaux des régions où des cas humains d'infection par le nouveau virus de la grippe H1N1 ont été identifiés. En Californie et au Texas, où les équipes EpiAid ont été déployées, de nombreuses activités épidémiologiques sont en cours ou sont prévues, y compris les suivantes :

- une surveillance active des comtés où les infections humaines ont été identifiées ;
- des études des membres du personnel soignant exposés aux patients infectés par le virus pour voir s'ils ont été contaminés ;
- des études des foyers et autres contacts des personnes dont l'infection a été confirmée pour voir si ces contacts ont été contaminés ;
- une étude d'un lycée dans lequel trois cas humains d'infection confirmée par le virus H1N1 ont été signalés pour voir si quelqu'un a été infecté et déterminer le degré de contact cette personne avec le cas confirmé ; et
- une étude pour voir pendant combien de temps une personne infectée excrète le virus.

Qui est responsable des médicaments des stocks stratégiques nationaux (SNS) une fois qu'ils sont déployés ?

Les responsables sanitaires locaux ont le contrôle intégral des médicaments SNS une fois les stocks envoyés dans une ville, un état ou un territoire. Les responsables fédéraux, des états et des communautés locales travaillent de concert pour assurer que les médicaments SNS seront livrés aux régions affectées le plus vite possible. De nombreux états, villes et territoires ont déjà reçu des stocks SNS. Après l'envoi d'un médicament par le CDC à un état ou une ville, le contrôle et la distribution des stocks se font à la discrétion du département de la santé de l'état ou local. La plupart des états et des villes ont aussi leurs propres médicaments auxquels ils peuvent accéder pour traiter les

personnes infectées.

Remarque : La plupart des informations contenues dans ce document se basent sur des études portant sur la grippe saisonnière (humaine) ainsi que sur l'expérience acquise dans le contexte de la grippe saisonnière. Le CDC estime que les informations sont également applicables au nouveau virus H1N1 (de la grippe porcine), mais des études sur ce virus sont en cours pour en apprendre davantage sur ses caractéristiques. Ce document sera mis à jour au fur et à mesure de la mise à disponibilité de nouvelles informations.

Pour consulter des informations générales à propos de la grippe porcine (pas le nouveau virus de la grippe H1N1) veuillez-vous référer à la section [Informations sur le contexte de la grippe porcine](#).

- Dernière révision de la page le 5 mai 2009 à 12 h 30 ET
- Dernière mise à jour de la page le 5 mai 2009 à 12 h 30 ET
- Origine du document : [Centres pour le contrôle et la prévention des maladies](#)